

Körperpsychotherapie im Überblick

Gustl Marlock, Halko Weiss (Hg.): Handbuch der Körperpsychotherapie. Schattauer GmbH, Stuttgart, 2006, ca. 1152 Seiten, ca. 22 Abbildungen, ca. 3 Tabellen, gebunden, 119,- €; für Mitglieder der DGK/EABP direkt über die DGK oder über das Zentrum für Integrative Körpertherapie und Humanistische Psychologie e.V. mit 30 % Rabatt zu beziehen.

Der Bedarf für solch ein Handbuch besteht schon lang und er wird immer größer, je klarer aus den verschiedensten Richtungen moderner wissenschaftlicher Forschung und therapeutischen Arbeitens die Bedeutung des Körpers als Medium menschlicher Erfahrung und menschlichen Erlebens und damit auch aller Entwicklungs- und Veränderungsprozesse betont wird.

Das Hauptanliegen der Herausgeber ist es, den in den letzten Jahren entstehenden Dialog zwischen den verschiedenen körpertherapeutischen Schulen zu unterstützen und zu vertiefen. Mit ihrer umfassenden Gesamtübersicht leisten sie dazu einen wesentlichen Beitrag und ermöglichen gleichzeitig TherapeutInnen anderer Schulen, einen Zugang zu finden und sich zu orientieren. Sie haben es geschafft, über 60 international renommierte Vertreter und führende Lehrer der verschiedenen Grundrichtungen für dieses Projekt zu gewinnen, ohne einfach eine Plattform für Selbstdarstellungen und Werbung in eigener Sache bereitzustellen. Vielmehr zieht sich das zentrale Anliegen, nämlich wesentliche Aspekte in Theorie und Praxis aus verschiedenen Perspektiven zu beleuchten, durch das ganze Buch und schafft so Metaebenen der Begegnung und der Reflexion, aber auch der kritischen Auseinandersetzung. Dabei sind die einzelnen Artikel durchaus sehr unterschiedlich, spiegeln zum einen sicher die Persönlichkeiten der Autoren – kurze biographische

Einführungen, die den Beiträgen vorangestellt sind, erleichtern deren Verortung – und reflektieren zum andern die aktuelle Vielfalt in der Debatte, die von nah an der Praxis orientierten anschaulichen Berichten bis hin zu streng wissenschaftlichen Abhandlungen oder auch philosophisch-anthropologischen Überlegungen alles umfasst.

Das in jeder Hinsicht sehr umfangreiche Handbuch ist übersichtlich in 13 inhaltliche Abschnitte, sowie ein Vor- und ein Nachwort gegliedert. Die inhaltlichen Abschnitte umreißen zentrale Fragestellungen; jeder Abschnitt beginnt mit einer sehr hilfreichen Einleitung der Herausgeber, in der sie die behandelte Thematik in den Gesamtzusammenhang einordnen, eine oder einige wenige theoretische Fragestellungen einführen, die bei der Lektüre der einzelnen Beiträge unterschwellig mitlaufen und auch schon eine Art Kurzaufriß der einzelnen Artikel liefern. Damit gelingt es ihnen, die Vielfalt immer wieder in ein großes Ganzes einzubetten und gleichzeitig die Neugier und das eigene Denken der LeserInnen einzuladen und zu unterstützen. Der gesamte Abschnitt über die Geschichte der Körperpsychotherapie ist insgesamt sehr informativ; die Einflüsse von Elsa Gindler und Wilhelm Reich werden gewürdigt und PD. Dr. Ulfried Geuter (s. auch den Artikel im redaktionellen Teil) zeichnet die historischen Entwicklungslinien nach. Die Grafiken zur Genealogie zeigen, wie vielfältig das Feld ist und sind wohl v.a. interessant, wenn man die Position einer bestimmten Schule oder Methode historisch und in ihren Bezügen zu andern Schulen einordnen möchte.

Die drei folgenden Abschnitte thematisieren aus verschiedenen Blickwinkeln das Spezifische der Körperpsychotherapie, die Zusammenhänge zwischen Psyche und Körper in ihren verschiedenen konzeptionellen Fassungen. Als wesentlich wird die Erfahrungsorientiertheit in der Körperpsychotherapie betont. Alles Empfinden auf der Körperebene ist unmittelbare Erfahrung im gegenwärtigen Moment, egal, ob man es

aus einer Perspektive eher als enactment, als verkörperten Ausdruck eines unbewussten Konflikts in der Übertragungsbeziehung sieht, oder aus einer andern Perspektive mehr den Aspekt betont, in der achtsamen Fokussierung auf das Erleben die Selbstwahrnehmung zu stärken und die Disidentifikation zu fördern. Die immense Bedeutung, die der Erfahrung zukommt, wird aktuell aus mehreren Forschungsbereichen unterstrichen. Insbesondere die Neurobiologie und die Emotionsforschung, aber auch die Säuglingsforschung und die wieder mehr in den Blick genommenen Arbeiten der Bindungsforschung haben in den letzten Jahren herausgearbeitet, wie zentral für die menschliche Entwicklung die realen Erfahrungen mit der sozialen Umgebung sind und wie deren Niederschlag auf der muskulären, viszeralen, und neuronalen Ebene unser körperlich-emotionales Sein prägt und unser Bewusstsein präformiert. Es ist ein Verdienst dieses Handbuchs, hier den modernen Stand der Wissenschaft zu reflektieren und mit den Grundlagen körpertherapeutischen Handelns und körpertherapeutischer Theoriebildung in Bezug zu setzen. Im Abschnitt über die Grundlagen der Methodologie greifen die Autoren verschiedene Aspekte des erfahrungsorientierten Arbeitens in der Körperpsychotherapie auf, etwa die sinnliche Selbstreflexivität (G. Marlock), die Achtsamkeit (H. Weiss) oder die Bewegung (C. Caldwell). Noch konkreter und anwendungsbezogener ist der Abschnitt „Klinische Aspekte des therapeutischen Prozesses“, in dem die Fragen der Diagnostik und der Affektabwehr, aber auch das Spektrum der Interventionstechniken und andere Aspekte des klinischen Vorgehens thematisiert werden. Auch hier liegt das Faszinierende vor allem darin, einerseits durchaus die Zugehörigkeit zu einer bestimmten Schule zu erkennen, andererseits aber auch übergreifende und von andern Therapieformen differenzierende Überlegungen nachvollziehen zu können.

Äußerst interessant ist in dieser Hinsicht auch der Abschnitt über die therapeutische

Beziehung. In der Einleitung dazu stellen die Herausgeber ein eher regressiv-nährendes Beziehungsmodell einem eher progressiv-konfrontierendem gegenüber, wobei historisch gesehen die Integrative Leibtheorie, die Biodynamik und die Hakomi-Methode eher dem einen Pol, die Unitive Psychology, der Ansatz von George Downing oder die Bioenergetik eher dem andern Pol zugerechnet werden. Eine andere Hintergrundfolie, auf der die Artikel zu lesen sein können, ist die Unterscheidung zwischen Übertragung und Begegnung als Charakterisierung der therapeutisch wirksamen Beziehung und die sich daraus ableitende Positionierung der TherapeutIn. Der Hinweis auf die besonderen Anforderungen an eine KörperpsychotherapeutIn wegen der im Vergleich zu andern Therapieformen höheren Erlebnisdichte und stärkeren Aufladung des Prozesses wirft dabei vielleicht auch ein Licht auf die bislang häufig umgangene Auseinandersetzung mit dieser Frage, bzw. auf die expliziten Anstrengungen mancher Schulenbegründer – hier könnte etwa A. Pesso genannt werden – die Bedeutung des Therapeuten im Verhältnis zur Methode zu minimieren.

Dass es sogar einen ganzen Abschnitt zur körperpsychotherapeutischen Behandlung spezifischer Störungen gibt – und hier wird das gesamte Feld klassischer Diagnostik berührt – zeigt, welche Entwicklung die Körperpsychotherapie in den letzten Jahren genommen und welche Relevanz sie in den meisten Praxisfeldern inzwischen erreicht hat: Die traditionelle Verweigerung einer störungsspezifischen Betrachtungsweise zugunsten eines prozessorientierten Vorgehens hat einer komplexeren und weniger polarisierenden Betrachtung Platz gemacht. Dies resultiert sicher nicht zuletzt aus den Erfahrungen der körperpsychotherapeutisch geschulten TherapeutInnen in vielen Kliniken, was sich auch in den Artikeln niederschlägt, die durchweg von AutorInnen aus solchen Praxisfeldern geschrieben sind und sich durch hohe Anschaulichkeit auszeichnen. Dasselbe gilt für den Abschnitt über die

erweiterten Anwendungsgebiete, d.h. Arbeitsfelder, die über das klassische Setting der Einzeltherapie mit Erwachsenen hinausgehen, etwa die Arbeit mit „Schreibabies“ oder mit Paaren oder Gruppen, und in noch größerem Maß für die Fallstudien.

Den Bogen zu andern Formen der Psychotherapie schließt der folgende Abschnitt, während die beiden letzten Artikel daran erinnern, dass es bei der therapeutischen Arbeit neben den praktisch-methodologischen oder wissenschaftlich-theoretischen Fragen auch um die Reflexion von Menschenbildern und die Bezugnahme zu existenziellen Fragen des Menschseins geht.

Wer Freude daran hat, zu Blicken über den eigenen Tellerrand hinaus inspiriert zu werden oder wer übergreifende Orientierung sucht im weiten Feld körperpsychotherapeutischen Forschens und Arbeitens und sich an der modernen Diskussion um die Entwicklung der Psychotherapie im Allgemeinen und der Körperpsychotherapie im Besonderen beteiligen möchte, der trifft mit diesem Handbuch eine gute Wahl!

Anne Fischer